



◆アレルギー支援ネットワーク 通信◆



NO. 102 2015.6.1

※等幅フォントでご覧いただくと最適に表示されます。

ひと雨ごとに木々の緑も深まりつつ、間もなく梅雨入りという時期となりました。梅雨時期はカビなどの細菌が繁殖しやすい時期です。衛生面には特に注意をして体調を崩さない様元気に梅雨時期を乗り切りたいですね。

それでは、今月のメルマガをお楽しみ下さい♪

===== も く じ =====

- 1、理事長就任のご挨拶 坂本龍雄
  - 2、各地からのお便り 第1回 「京都ぴいちゃんねっと」 小谷 智恵
  - 3、第10期アレルギー大学 申込み受付のご案内
  - 4、アレルギー大学 ベーシックプログラム in 愛知、岐阜、三重会場開催のご案内
  - 5、【2015年度】アナフィラキシー対応とアドレナリン自己注射器 講習会のお知らせ
  - 6、賛助会員からのメッセージ
    - ★QOL トラベル ☆夏休みのお得情報☆
    - ★★スギヤマ調剤薬局
      - ☆スギヤマ調剤薬局 御器所店は、食物アレルギー対応食品の専門店です☆
  - 7、アレルギーっ子の防災
    - ★第20回 「防災講座-1：防災活動の目的をあらためて考えてみる」 防災士 中根輝彦
    - ★★アレルギーがあっても安心～みんなで学ぶ防災教室～
      - 第2回「防災備蓄で親子クッキング（アレルギー対応）」
      - アレルギーっ子親の会「はすの会」 下山まきえ
  - 8、アレルギーが心配な保護者の方へ
    - ★第18回「東海市にアレルギー児の親の会を立ち上げ」 深谷里枝
    - ★★6月「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ
  - 9、おすすめ♪勉強会・イベント情報のお知らせ
    - ★6月24日（水）「アレルギーについて学ぼう！」
    - ～アレルギーが心配な保護者の方集まれ！～
  - 10、Gooddo（グッドウ）でアレルギー支援ネットワークを応援して下さい！！
- =====

1、理事長就任のご挨拶 坂本龍雄

この2年間、副理事長としてアレルギー支援ネットワークの活動に関わって参りましたが、この度、須藤千春先生から理事長を引き継ぐことになりました。大役を仰せつかり身の引き締まる思いですが、使命を全うすべく、全力をつくす所存でございます。つきましては、皆様方にはこれまで以上のご指導ご鞭撻を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

さて、昨年、アレルギー支援ネットワークは第66回保健文化賞を受賞しました。この賞は1950年に創設された歴史ある賞で、健康増進・疾病予防などの保健医療分野において顕著な実績を残した団体および個人に贈られます。今回の受賞では、食物アレルギーの子どもたちを支える社会環境をよりよくするため、「アレルギー大学」を創設して、栄養士や教職員等の専門職に対してアレルギーに関する教育啓発活動を進めてきたこと、そして、東日本大震災などの被災地域において、アレルギー児への災害支援活動に対して一定の役割を果たしたことが高く評価されました。

アレルギー支援ネットワークはこれからも「アレルギー大学」を軸に事業を展開していきます。「アレルギー大学」は全国で唯一のアレルギー、とりわけ食物アレルギーの専門知識を体系的に学ぶことができる市民講座であり、東海地方で実績を積み重ねながら毎年内容を刷新しています。その甲斐あって、全国のアレルギー関係団体や学校法人などが

ら事業モデルや教材の問い合わせが数多く寄せられるようになりました。今年度から、2011年に開講した「インターネットアレルギー大学」を全国展開する予定です。さらに、管理栄養士・保育士を目指す学生を対象とした「ベーシックプログラム」（「アレルギー大学」の1日集中講義版）を今後も定着させ、「アレルギー大学」事業の財政基盤の確立と、将来の「アレルギー大学」受講者の掘り起こしを進めていきます。

アレルギー支援ネットワークは東日本大震災直後から現地にスタッフを派遣し、その後のアレルギー患者家族への情報提供や相談支援活動を継続的に行ってきました。例えば、岩手県大船渡市に東北事務局を開設し、アレルギー相談会やアレルギー講演会を開催するなどしています。「インターネットアレルギー大学」を東日本大震災支援に繋げることができれば、被災地域への支援活動を末広がりに継続させることができると思います。早速、被災地域の患者家族への無料配信を行うための段取りを進めていく予定です。

昨年6月、アレルギー疾患対策基本法が制定されました。アレルギー疾患対策は火急の国民的課題です。2011年8月に出された厚生労働省健康局疾病対策課長通知「アレルギー疾患対策の方向性等」では、当面の目標として、アレルギー疾患を「自己管理可能な疾患」とすることを目指し、具体的には、患者やその家族が身近な「かかりつけ医」をはじめとした医療関係者等の支援を受け、治療法を正しく理解し、生活環境を改善し、また自分の疾患状態を客観的に評価するなどの自己管理を的確に行うことができるよう、種々の環境整備を図るとしています。政府が掲げる当面の目標の実現可能性に関わらず、多くのアレルギー専門医や研究者、管理栄養士などの専門家は、今こそ専門知識を広く患者家族や地域住民に提供し、アレルギー疾患の予防活動をさらに充実させたいと願っています。

「アレルギー大学」はこうした専門家集団の社会的使命感に支えられて発展してきましたし、今後も専門家集団の社会貢献への意欲の受け皿としての役割が期待されています。理事長として、専門家集団に広く「アレルギー大学」を紹介し、専門家集団の力をいっそう強く引き寄せたいと思います。

また、アレルギー支援ネットワークの将来をスタッフの献身にだけ頼ることがないよう、財政面を含む健全な運営を目指し、関係者で改善のための話し合いが継続してできるよう支援したいと思います。

最後に、壮大な抱負を述べさせていただきましたが、皆様から多くを教えていただきながら着実に前進できればと願っています。よろしくお願い申し上げます。

---

## 2、各地からのお便り 第1回 「京都ぴいちゃんねっと」 小谷 智恵

---

皆様、はじめましてアレルギーネットワーク京都ぴいちゃんねっとです。

アレルギー大学を昨年度から京都でも実施できるようになりました。まだ、基礎・初級、中級の一部だけの開講ですが、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

さて、今回は私たちの自己紹介をさせていただきます。

ぴいちゃんねっとは2005年に任意団体からスタートし、2009年に医療関係者や保育・金融機関それぞれの専門分野の方を役員に迎えました。今年4月で11年目に突入しました。

私たちの事業活動は、当事者支援と支援者支援を当事者性と専門性の観点から実施しています。また、京都府・京都市への政策提言も積極的に行い、行政との協働事業なども行っています。

私たちの柱事業は3つです。

### 1) 食物アレルギーサポートデスク (2015年度より京都市いきいき子育て支援事業つどいの広場へ)

食物アレルギーの子どもやそのご家族のための居場所作り事業です。食物アレルギーに配慮した季節イベントや、保護者向けの学びの場を開催しています。

また、今年度よりつどいの広場事業の採択をいただいたことにより、地域の親子の場所としての機能も果たすことになりました。これは、全国初の「食物アレルギーに配慮された」「食物アレルギーの子どもと保護者が真ん中」の「子育て支援拠点」となりました。\*1

今後は、両者がアレルギーの有無に関わらずみんなと一緒に安心安全に過ごすことのできる居場所作り、社会的理解に向けての発信の場としての役割も果たしていきたいと思っています。

詳細は、当法人ホームページをご覧ください。

サポートデスク [http://www.allergy-k.org/support-desk.html#anc\\_event](http://www.allergy-k.org/support-desk.html#anc_event)

\* 1 地域子育て支援拠点事業について (厚生労働省)

[http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/kyoten26\\_1.pdf](http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/kyoten26_1.pdf)

2) アレルギー研修会

1 アレルギー大学の開催

京都でのアレルギー大学の事務局を担当しています。まだ開催から2年目なので、基礎・初級と一部の中級コースのみの開催ですが、今後も広く普及できるようにと願っております。昨年度よりアレルギー大学の開催にあたり、京都府域のたくさんの先生方等関係者の方との新たなつながりもできました。

2 出張学び舎の開催

アレルギー大学の開催までは、ぴいちゃんねっと単独で「アレルギーの学び舎」という研修講座を5年間京都市内で7講座程度開催してきました。その頃から、京都府の広域の子育て支援関係者から、研修会を要望する声をいただき、京都府内各所で、その地域の子育て支援団体の方との協働研修会を開催しています。

詳細は、弊法人ホームページをご覧ください。<http://www.allergy-k.org/t-school14.html>

3) 災害支援

食物アレルギーの子どもたちが被災した時に備えて、現在は自助の観点から食物アレルギーの子どものご家族への準備の普及を行っています。支援ネットさんの携帯カードやアルファ化米などを活用させていただいています。

また、2013年度より西日本での防災ネットワーク構築のため防災会議の事務局を2年間 担当させていただきました。昨年度は、「レスキューアレルギー (RQA)」という愛称も決まりました。今年度からは、広島の方の団体の方が事務局をご担当いただきますので、引き続き私たちもネットワークの一員として事業・活動の充実に寄与していきたく思っております。

また、3本柱と同様、情報発信や政策提言も積極的に行っています。

1) 情報発信

- ニュースレター 毎月500部を発行し、京都府内の子育て支援施設等に配架しています。
- ホームページ 様々な事業・活動を掲載しています。
- Facebook 毎日の活動の様子を、ほぼ毎日更新しています。  
<https://www.facebook.com/allergy.kyoto.kyoto>

2) 政策提言

●おこしやすプロジェクト

3年前に、庁内ベンチャーという京都府職員が直接知事に政策提言できる仕組みにチャレンジしました。当時、インターンとして当法人に来てくださった京都府の保健師の方が「食物アレルギーの子どもの修学旅行事情」について私たちと一緒に研究を行っていただき、発表してくださいました。

<http://www.pref.kyoto.jp/kentai/kyoto-okosiyasu-jigyuu.html>

●食物アレルギー支援プラットフォーム

昨年度、京都府の地域力再生プラットフォーム事業を活用し、今週施行予定のアレルギー疾患対策基本法にむけての京都府内での支援の仕組みの構築を政策提言しています。京都府の3課(子ども政策課・健康対策課・府民力推進課)、京都市2課(児童家庭課・保健医療課)と府内の子育て関係NPOや栄養士等から構成されるプラットフォームにより、食物アレルギーへの包括的な支援への検討を行っています。

その他、講師依頼やイベントでの食物アレルギーコーナーの担当、企業・団体への食物アレルギーへの取り組みコーディネートなど、地元京都に根ざした活動を主に行っています。

まだ環境整備等が必要な居場所、まだまだこれからたくさんの検討を行わなければならない政策提言など、役員・職員一同で頑張っており取り組んでいます。私たちの事業・活動は、まだまだこれからです。皆さんの物心両面でのご支援が欠かせません。どうぞ皆様、サポーターとして、私たちの活動を支えてくださいますように、よろしくお祈りいたします。ご寄付も大変うれしいので、合わせましてよろしくお祈りいたします。(郵便振替の他、ホームページよりカード決済も可能です)

<http://www.allergy-k.org/about/support.html>

正会員 10,000円

個人サポーター	一口 2,000 円～
企業サポーター	一口 30,000 円～
ご寄付	3,000 円～

---

### 3、第10期アレルギー大学 申込み受付のご案内

---

第10期アレルギー大学の開校が近づいてまいりました。

本年度は6月7日（土）の愛知会場をかわきりに、京都、千葉、静岡、新潟、沖縄で開講します。  
調理師、栄養士、保育士、栄養教諭などの専門職の方はもちろん、企業のアレルギー対応、患者家族の知識向上などすべてにおいて、アレルギーのプロがお応えする、現場で即戦力となる講座となっております。

受講希望日の10日前までがお申込み期限となりますので、お早目にお申込み下さい。  
また、定員に達した講座は随時アレルギー大学ホームページにてお知らせしております。  
ご確認の上、お申込みください。皆さまのお申込み・ご受講をお待ちしております。

<http://www.all-e-net.com/alledai/alledai13/alledai13-01/>

---

### 4、アレルギー大学ベーシックプログラム in 愛知、岐阜、三重会場開催のご案内

---

通常のアレルギー大学の基礎・初級の内容を中心として、アレルギーの正しい知識と基本的な対応を1日の集中講座で習得できます。アレルギー大学の日程が多く、なかなか参加できない方にもおすすめです。

受講後の修了認定試験を受けることで修了認定証書が授与されます。

また、受講の特典として、アレルギー大学の基礎講座修了とみなし、修了認定証書取得した次の年より3年間はアレルギー大学の初級講座からの受講が認められます。

\*\*\*\*\*

・愛知会場

開講日時：9月6日（日）8時50分～16時40分（受付8時15分～）  
会場：名古屋短期大学 524 教室

\*\*\*\*\*

・岐阜会場

開講日時：9月12日（土）9時30分～17時00分（受付9時00分～）  
会場：岐阜聖徳学園大学岐阜キャンパス 311 講義室

\*\*\*\*\*

・三重会場

開講日時：9月20日（日）9時30分～17時00分（受付9時15分～）  
会場：三重県総合文化センター生涯学習棟 中研修室

\*\*\*\*\*

各会場、受講料は一般4000円、学生2000円となっております。

お申し込みはこちらから

<http://www.all-e-net.com/alledai/alledai16-01/>

皆様のお申し込みをお待ちしております。

---

## 5、【2015年度】「アナフィラキシー対応とアドレナリン自己注射器」講習会のお知らせ

---

学校や園でアナフィラキシーのリスクを持った子どもたちへの対応が、教育・保育の現場で大きな課題になっています。

認定 NPO 法人アレルギー支援 ネットワークでは、教育・保育関係の先生および保護者を対象として、エピペンの使用を含むアナフィラキシー対応に関する講習会を 2013 年度より 企画して行なっています。

2015 年度の講習会開催日のご案内を致します。

\*\*\*\*\*

日程は、2015 年 6 月 2 日（火）・9 月 18 日（金）に開催致します。

会場・開催時間・内容等はチラシ内容をご確認の上お申し込みください。

詳細はこちらからご覧下さい。

---

## 6、賛助会員からのメッセージ

★QOL トラベル ☆夏休みのお得情報☆

---

アレルギー対応旅行の QOL トラベルです。

東海の皆様に、夏休みのお得情報を、2 点ご案内します！！

### 1. 近日発表、8/20-21 南紀白浜アレルギー対応“無料”宿泊企画！

---

アドベンチャーワールドでパンダの赤ちゃんに会おう！

夏休み 8/20-21 限定、アレルギー対応宿泊料理“無 料”企画。

患者会旅行にもご利用ください。

20 名様まで。申し込み多数の場合は抽選させていただきます。

- ・和歌山県の助成金を活用しています。
- ・無料企画には、宿泊、初日夕食・2 日目朝食、アドベンチャーワールド入場、が含まれます。
- ・白浜までの移動はお客様負担です(手配代行は実費にて可能です)。

事前相談やお問い合わせは、件名「8 月白浜旅行」と明記のうえ、下記までメール！

E-mail : [guide@qoltravel.com](mailto:guide@qoltravel.com)

★白浜アレルギー対応旅行について

<http://qoltravel.net/wakayama/>

★白浜でのアレルギー対応料理について

<http://qoltravel.net/wakayama/food/>

近日発表です、お楽しみに！

---

### 2. 7/26-28 沖縄本島 海を満喫する旅！Part3、好評受付中

---

毎年大人気の、沖縄の美しい海をゆっくり満喫いただけるツアーです！

美味しい料理(10 品目除去)をご準備して、皆さまをお待ちいたします！

お申込み先着 30 名様まで！ お早目に！

★ツアー内容はこちら

[http://qoltravel.net/gt\\_okinawa150726/](http://qoltravel.net/gt_okinawa150726/)

★お申込みはこちら

<https://www.fcrcst.co.jp/new/application/index?tourNO=49>

---

◆◆◆ 『沖縄本島 海を満喫する旅！ Part3』 ◆◆◆

～沖縄アレルギー対応旅行 グループツアー～

主催：沖縄ツーリスト 販売：QOL トラベル

---

■旅行日程： 7/26(日)～7/28(火) 2泊3日

■旅行先： 沖縄本島（ユインチホテル2泊）

■旅行代金：

・羽田空港 大人おひとり様 97,800円～

・中部国際 大人おひとり様 97,800円～

いずれも、12歳未満おひとり3,000引、3歳未満は無料。

移動・宿泊・全ての食事・観光バス・観光を含んだ料金です。

■主な観光：

グラスポート、あざまサンサンビーチ、ガンガーラの谷、東南植物楽園、等

■ご旅行中の食事は全て、10品目完全除去（法定7品目と大豆・ゴマ・ナッツ類）

▼ QOL トラベル・アレルギー対応旅行についてはこちら▼

・QOL トラベル ホームページ：<http://qoltravel.net/>

・QOL トラベル Facebook ページ：<https://www.facebook.com/qoltravel>

ご質問等ございましたら、下記メールアドレスまでお気軽にお問い合わせください。

[guide@qoltravel.com](mailto:guide@qoltravel.com)

---

## 6、賛助会員からのメッセージ

★★スギヤマ調剤薬局 ☆スギヤマ調剤薬局 御器所店は、  
食物アレルギー対応食品の専門店です☆

---

### 【スギヤマ調剤薬局 御器所店は、食物アレルギー対応食品の専門店です】

平成元年に、アレルギー疾患専門クリニック「みちはたこどもクリニック」さんの横に開局して以来、スギヤマ調剤薬局 御器所店は様々な食物アレルギー対応食品を扱ってきました。食物アレルギーでお困りの方も笑顔で日常生活が送れるよう、皆様のお力添えができればと思っています。



<店舗外観>

## ★食物アレルギー対応食品がこんなにたくさん！！

初めて来局されたお客様は、みなさん様に食物アレルギー対応食品の品揃えの多さに驚かれます。今まで送料を別々に払ってネットで買っていたものが全部揃う！とのお声も頂戴しています。その品揃えは・・・食品だけでなんと 400 アイテム以上！

## ★どんな商品があるの??

当店にて取り扱っている食品はすべて乳・卵不使用です。

【例】

- ・ 当店売上 NO.1 の「卵を使ってないマヨネーズタイプ」
- ・ グルテンフリーの米パンや米粉麺、米粉ミックス粉
- ・ 大豆小麦不使用の「白菊しょうゆ」
- ・ 牛乳由来成分を含まない「A-1 マーガリン」

そのほかにも各種調味料類をはじめ、外出時に便利なレトルト食品や、小麦を使用しないクッキーなどのお菓子類、お子様に大人気のアレルギー対応冷凍ケーキやドーナツなど、多様な品揃えで皆様のお越しをお待ちしております。

例年11月末ごろより、食物アレルギー対応のクリスマスケーキのご予約も承っておりますので、お気軽にご相談下さい。

## ★主な取扱メーカーは？

ウイングフーズ、エルフィン・インターナショナル、太田油脂、げんきタウン、千野米穀店、辻安全食品、中野産業、ヘルシーハットなど、たくさんのメーカーの商品を取り扱っております。



<店内の様子>

## ★製造ラインでのコンタミが心配です・・・

製造工場まで赴き、製造工程を確認した商品もあります。製造ラインの洗浄はどのように実施しているのか、どのようなアレルゲンが工場内にあり、どのように管理されているか、製造ライン上でのコンタミの危険性はあるのか、などのチェックをしています。微量混入でアレルギー症状が出てしまう方は、遠慮なく店頭スタッフにお尋ねください。

## ★店舗の場所はどこですか？

地下鉄御器所駅の3番出口を出てすぐのところにある「賃貸住宅」という不動産屋さんを左折、20mほど歩いて右手側のビルの1階にあります。店舗前に3台分の駐車場がございます。満車の際は、店舗裏の第2駐車場（3台分）をご利用下さい（詳しい場所はスタッフにお尋ね下さい）。

## ★遠くて御器所店まで行けないのですが・・・

御器所店に来店できない方の購入方法は2通りあります。

### 1. 宅急便でご自宅などに直接配送

<常温商品、クール商品すべてのお取り扱いが可能>

#### 【注文方法】

電話・FAXにてご注文下さい。

スギヤマ調剤薬局御器所店 TEL：052-842-3223 FAX：052-842-2757

ネットからご購入いただくこともできます。ドラッグスギヤマのホームページの「食物アレルギー専門 御器所アレルギー店」のバナーをクリックしてください。

<http://sugiyama-club.jp/>

- ・お支払いは代引きのみでございます。
- ・代引き手数料216円（税込）、配送料567円（税込）（愛知・岐阜・三重・静岡）が別途かかります。
- ・クール商品の場合は別途クール代216円（税込）が必要になります。
- ・税込10,800円以上お買い上げいただくと送料、代引き手数料は無料になります。（冷凍・冷蔵商品の場合は、別途クール料金が必要になります）

### 2. ドラッグスギヤマで商品を受け取る

<常温商品のみ、お取り扱いが可能>

ドラッグスギヤマの各店舗において、御器所店の商品をお買い求めいただくことが可能です。ただし常温商品に限らせていただいております。ご注文を頂いてから商品の受取りまで10日ほど日にちがかかる場合がございますのでご了承下さい。

#### 【注文方法】

スギヤマ調剤薬局御器所店へ電話・FAXにてご注文ください。

（注）ドラッグ店舗には注文できません。

スギヤマ調剤薬局御器所店 TEL：052-842-3223 FAX：052-842-2757

- ・配送料はかかりません！
- ・商品1個からご注文いただけます。
- ・商品代金はお受け取りのドラッグ店舗にてお支払い下さい。
- ・ドラッグスギヤマのポイントカードがご利用できます。

## ★処方箋調剤もできるの？

調剤薬局なので処方箋も受付しております。アレルギー疾患に精通した薬剤師が服薬指導いたします。アレルギーや



アトピーでお悩みのことがございましたら遠慮なくご相談下さい。

どこの病院の処方箋でも受付いたしますが、事前にFAXをしていただくとスムーズにお薬をお渡しできます。ただし処方箋の有効期間は、処方日を含めて4日以内となっておりますので、4日以内に処方箋を持参してご来局下さい。また、ご用意するのに時間を要する薬もございますので、初めてご利用される場合は事前に直接ご相談いただいたり、お電話いただけると助かります。

今後とも、スギヤマ調剤薬局 御器所店をよろしくお願い申し上げます！

スギヤマ調剤薬局 御器所店

住所： 名古屋市昭和区阿由知通 4-7

電話： 052-842-3223

FAX： 052-842-2757

---

## 7、アレルギーっ子の防災

### ★第20回 「防災講座-1：防災活動の目的をあらためて考えてみる」

---

メルマガをお読みの皆さん、こんにちは。防災士の中根輝彦です。  
今回より新しい防災原稿シリーズを進めていきます。アレルギー対応に特化せず、一般論も含めた基礎的なところから少しずつ考えていきましょう。

防災講座1回目は、もう一度原点に戻って、「防災活動をする目的」について考えてみます。防災対策、みなさんはどんな考え方で取り組んでいますか？以下の5段階のレベル分けでは、どれが一番近いですか？

- 1) 防災って何のことかわからない。それって、おいしいの？
- 2) 必要だと思うけど、何をやったらよいかわからない。
- 3) とりあえず他の人のまねをしてる。言われたことをやってる。
- 4) なんとなくだけど必要だと思うことをやってる。
- 5) 目的も目標も理解している。計画的に取り組んでいる。

このメルマガを読んでいる皆さんには、もちろん、レベル5を期待したいところです。残念ながら、私の周囲には3の人たちもたくさんいます。防災啓発をしていて、こういう人たちに遭遇するたびに、本当にそれでいいんですか？と問いたくなります。

細かな条件設定をせずに問うたので、4、5どちらか迷ったなんていう方もいるかもしれませんね。自分のことははっきりできてるけど、家族はどうか、地域や勤務先でのことはそうでもないとか。それぞれの状況や立場によって、いろいろな考え方や対策内容があると思いますが、目先の取り組みに一生懸命になってしまって、なぜその取り組みをやるのか、目的がぼやけてしまっていないですか？

すべての防災活動に共通の重要な目的から、だんだん細分化して役割分担・優先度を考えていくと、全体像と今の立ち位置が見えてくると思います。目的をしっかり理解して覚悟を決めれば、ゴールの見えない長期の取り組みでも、モチベーション維持ができるのではないのでしょうか？

#### 防災活動の目的

- ・ 命を守る。
- ・ 財産を守る
- ・ 日々の営み（暮らし、生業）や、その場所（コミュニティ、職場）を守る。

#### 究極的には

- ・ 災害が発生する前となんら変わらない生活が続くように備えること。

あなたにとって一番大切なモノ・コト、何があっても守りたいモノ・コトはなんですか？お付き合いのために必要な

いことをやっていませんか？今一度、振り返って見直してみましょう。

防災士 中根輝彦

日々つぶやいています。

Twitter : @TeruhikoNakane

facebook : teruhiko.nakane

内容は筆者個人の考え方に基づくものです。アレルギー支援ネットワークを代表するもの、方針を反映したものではありません。

ご意見ご感想をいただけると嬉しいです。次の原稿を書く励みになります。アレルギー支援ネットワークの事務局まで、お寄せ下さい。

宛先 : info@alle-net.com

---

## 7、アレルギーっ子の防災

★★アレルギーがあっても安心～みんなで学ぶ防災教室～

第2回「防災備蓄で親子クッキング（アレルギー対応）」 はすの会 下山まきえ

---

こんにちは。アレルギーっ子親の会「はすの会」の下山まきえです。

2月に開催した2回の連続講座「アレルギーがあっても安心～みんなで学ぶ防災教室～」について紹介いたします。今回は、第2回目講座2月21日（土）に開催した「防災備蓄で親子クッキング」（アレルギー対応）です。

このテーマを取り上げた理由として、

- 1) アレルギー対応・配慮された非常食・比較的、賞味期間の長いアレルギー対応・配慮されたレトルト食品などを使用し、普段家にあるものと上手く組み合わせ、親子で簡単に美味しく調理することで、備蓄品を眠らせることなくローリングストックしていただきたいという願い
- 2) 避難所などでの炊き出しの際には中心的な役割を担う、地域保健課栄養士の方や松原市食生活改善推進協議会（略して食改）の方々にも協力していただく事で食物アレルギーやアレルギー対応配慮食材のことを知って頂き、炊き出しの際にお願いしたい配慮などご理解頂きたいという願い
- 3) 食物アレルギーを持つ子どもとその親御さんの中に、食改さんにも入って頂き、一緒に調理をすることを通して地域に住むアレルギーっ子の情報や思いを共有していただくという思いがありました。

準備段階では、

開催までに地域保健課栄養士、食改のみなさんと何度も打合せを行い、献立、栄養価の計算、使用食材の確認、調理実習を行う際のアレルギー対応、リスク管理、リハーサル等を行いました。もちろん事前に展示掲示・配布する資料等の作成も行いました。この何度も行った事前打ち合わせは非常に実りの多い時間でもあったと思います。やはり炊き出しの際、中心的な存在になる栄養士、食改の皆さんに食物アレルギー、対応食材の存在やどんな事に配慮すれば食物アレルギーを持つ子どもとその家族が安心出来るかなどを知って頂けた事は有意義だったと思います。

開催日当日は、

募集人数20名の所、26名の方に参加して頂きました。（今回は「卵・乳・小麦（調味料は除く）」除去のみのアレルギー対応であるという事、調理器具等は会場の物を使用するという事を事前に告知募集させて頂いておりました。もちろん開催前には調理器具の洗浄煮沸消毒などを行い、スポンジなども当会で用意しました。）

調理実習は、終始和やかに みなさん和気あいあいと親子で調理していただく事が出来ました。何より参加者のみなさんが何の体調不良も起こすことなく、無事に終了できたことを非常に嬉しく感じております。食改さんや地域保健課栄養士さんとも会うのが初めてという方も、一緒に調理をすることで自然と打ち解け、ずいぶん話が弾んだのではないかと思います。

今回の献立は①プチミートの野菜たっぷりスープ②和風ライスパスタ③安心米3種のおやき

(◆フェリーチェ&ライスパスタの黒糖かりんとう・・・こちらは当会で用意しました)

どの献立も日常生活に取り入れやすいよう、親子で調理しやすいように非常に簡単な調理工程となっています。

そして決められた時間の中での調理とはいえ、子どもさんも親御さんと一緒にしっかりと安心米を丸めて焼いたり、野菜を切ったりと非常に楽しそうに参加してくれていました。

開催後のアンケートでは、

「一般的に多く開催される調理実習はアレルギーが心配で参加しにくいですが、安心して参加出来た」

「アレルギー対応食について知ることが出来て良かった」

「調理だけでなく他の参加者の方とお話しが出来てよかった」

「テーマ自体が今までになく画期的」

「食物アレルギーを持つ子の親として災害時には弱者となるので勉強が必要だと思った」

「アレルギーがあっても限りある食材でバラエティー豊かな食事が出来ると分りました。」

「毎日の食事のヒントをいただきました」

「備蓄している食材をつかってこんなに美味しくしっかりした料理が出来る事に驚きました。」

「備蓄品は知らないうちに食味期限を切らせてしまうことが多いので今日のメニューを参考に上手く備蓄品を利用したいです。」

「非常食、保存食のアレンジというのは思いつかなかった」

等々、嬉しい声を頂く事が出来ました。

もちろん第1回目と同様に反省点は多々あるのですが、是非 次回も開催できるように改良と熟考を重ねたいと思います。

今回、当会は初めて「アレルギー×防災」という取り組みを行う事が出来ました。

そして行ってみて小さな団体だからこそできる地域に根付いた「アレルギー×防災」がとても大切だということもわかりました。そして今後も災害時に命を守るという視点からも、アレルギー疾患者(児)その家族に対しての啓発も必要だという事と、周りの方はアレルギーに関して興味を持ってはいるけれどもどうして関わればいいのかを迷っていたという事を、事業を通して知ることが出来ました。今回感じたそれらを活かし次につなげて行くためにも、まずは自分たちの出来る事を、自分たちの手の届く範囲から無理せず息長く続け、その範囲の輪を少しずつでも広げて行きたいと願っています。

これからも支援ネットワークのみなさんや、レスキューアレルギーのみなさんに色々教えて頂き、協力して頂きながら続けて行きたいと思っています。どうぞ今後もよろしくお願い致します。

アレルギーっ子親の会「はすの会」

下山 まきえ

[はすの会 Blog]

<http://hasunokai1515.blog65.fc2.com/>



[Blog QR コード]

---

## 8、アレルギーが心配な保護者の方へ

★第18回「東海市にアレルギー児の親の会を立ち上げ」 深谷里枝

---

この度東海市にアレルギー児の親の会を立ち上げました、代表の深谷里枝です。

私が会を立ち上げるきっかけになったのはアレルギー大学でした。

それまでは現在2歳8ヶ月の息子の食物アレルギーが生後5ヶ月で分かってからも情報はインターネットで調べることが主で何が正しいのかもわかってないまま自分の信じたい情報を信じていました。

知人の薦めでアレルギー大学のことを知り、息子のためにできることは何だろうかかと受講をしていく中で深めた知識と知り合った方たちとの会話の中で現場の生の声を聞き「子どものために思ったら他力本願ではなく自分でできるだけのことをしていきたい」という気持ちが強くなり、また、アレルギーのある子もない子もアレルギーにたいしての基本的

な知識を共有することでお互いにスムーズな交流ができるのではと思い『みんなで仲良く』を目指して会の立ち上げを決意しました。

ですから、東海市の会ではアレルギーの子を持つ家族の方はもちろん、お友だちや受け持ちの子などにアレルギーの子がいて対応がわからない、などそういった方とも情報交換したりしていきたいなと思っています。

また、東海市では保健センターなど自治体からのご協力もいただく予定になっており、たいへん心強いですし、きたる東海大地震に備えての防災意識への働きかけもしていきたいです。

新しい会なので未知な部分もありますが、情報交換やアレルギーにまつわるいろいろなお喋りを楽しんだり、ポジティブにアレルギーに向き合える会にしていきたいと思っていますのでよろしくお願いします。

---

## 8、アレルギーが心配な保護者の方へ

★★6月「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ

---

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、ぜん息など、アレルギーのお子さんの事、アレルギーかな？と、お悩みのある方、スキンケアや食事の事、園や学校についてなど、私たちと一緒にお話をしませんか？どこの交流会へも参加可能です。

交流会を実施している区外、或いは近郊の市町にお住まいの方の参加やお問い合わせも多く、ご要望の多いところから順に交流会の開催準備をすすめています。

会に参加ご希望の方は、アレルギー支援ネットワーク事務局までお気軽にお問い合わせください。皆さまのご参加をお待ちしております。

【対象】0歳～中学生位までのアレルギー児の保護者

【参加費用】各交流会に確認して下さい。

【各地の患者会】

<http://www.all-e-net.com/network/network04/network04-03/>

【アレルギー支援ネットワーク事務局】

電話：052-485-5208

URL：http://www.all-e-net.com/

---

## 9、おすすめ♪勉強会・イベント情報のお知らせ

★6月24日（水）「アレルギーについて学ぼう！」～アレルギーが心配な保護者の方集まれ！～

---

アレルギーについての基礎的知識から、日常生活で気をつける点までアレルギーっ子をサポートするための方法を詳しく、丁寧にお伝えいたします。

開講日時：6月24日（水）11時00分～12時30分

会場：子ども・子育て支援センター 758 キッズステーション

受講料：無料

対象：小学校入学前のお子さんのお母さんまたはお父さん（※ママ、パパ一緒に参加もできます。）

講師：中西 里映子（認定NPO法人 アレルギー支援ネットワーク）

定員：13人

申込み方法：758 キッズステーション（電話番号 052-262-2372）までお問い合わせ下さい。

（※託児はありませんが、お子さんも一緒に参加できます。）

---

10、Gooddo（グッドウ）でアレルギー支援ネットワークを応援して下さい！！

---

アレルギー支援ネットワークは、ソーシャルグッドプラットフォーム gooddo（グッドウ）に参加しております。

<http://gooddo.jp/gd/group/allisien/?md=fb>

上記のリンクから gooddo のアレルギー支援ネットワークのページに行き、毎日ぜひ『応援する！』をクリックして下さい。（クリックにお金はかかりません）

クリックによって 20～1000 ポイントがアレルギー支援ネットワークの支援のために加算され、ポイントに応じて応援企業から支援金が「アレルギー支援ネットワーク」に届けられます。

他にも gooddo 内ではいいね！やお買い物でもご支援頂く事ができます。  
ぜひ「応援する！」「いいね！」でご支援、ご協力をお願いいたします！

<http://gooddo.jp/gd/group/allisien/?md=fb>

#### ▼gooddo（グッドウ）とは？

自分の応援したい社会貢献団体を、誰でも、今すぐ、簡単に応援することができるソーシャルグッドプラットフォームです。

ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

お問い合わせ：info@alle-net.com

=====

★メールアドレスの変更や、このメールマガジンに関するお問合せは

asn-mailmagazine@alle-net.com（メルマガ編集部）までお願いします。

また、今後、アレルギー支援ネットワークのメールマガジンを希望されない方は、お手数ですが、件名に「配信停止希望」と書いてメールをお送りください。（メールマガジン配信準備の都合上、配信停止手続きと行き違いでお届けする場合がございますが、ご了承ください。）

★メルマガの転載について

無断転載・転送を禁じます。アレルギーの会などが活動で使用する場合は、メルマガ編集部 asn-mailmagazine@alle-net.com までお尋ねください。

なおメールマガジンのメールアドレスには、返信はできません。ご注意ください。

☆☆☆みなさまからのご質問を募集中！アレルギーや支援ネットワークに関することなんでもOKです。ぜひお気軽にどうぞ☆☆☆

-----  
★みなさまからのご要望、お便り、アレルギーについての疑問などお寄せください。

発行/編集 認定NPO 法人アレルギー支援ネットワーク

◇事務局◇

453-0042 名古屋市中村区大秋町 2-45-6

▽TEL：052-485-5208      ▽E-mail：info@alle-net.com

☆◆-----